

MON ÉTOILE

Loisirs, Culture & Évènements

AUTOMNE 2025

Loisirs et culture > 02

Partenaires
du milieu > 09

Évènements à venir > 14



LOISIRS ET CULTURE

Au service des citoyens pour les divertir

Inscriptions > Automne 2025

Dès le 8 septembre

Centre communautaire Guy-Melançon

Heures d'ouverture

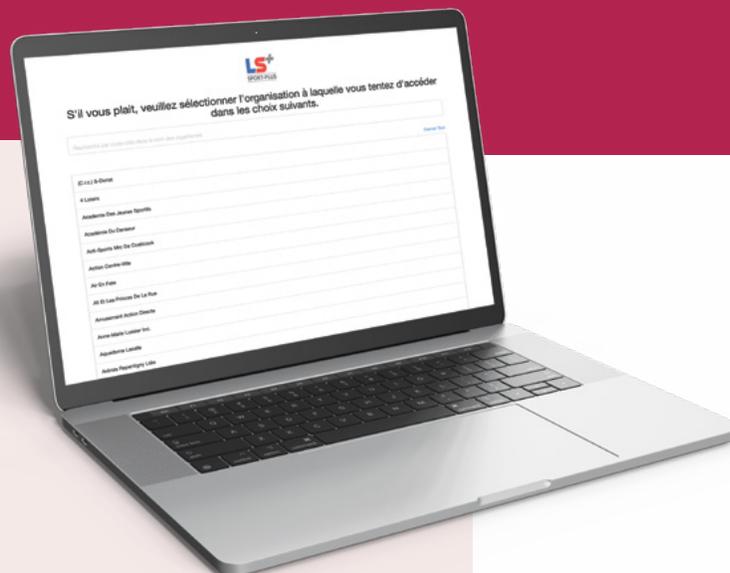
Lundi au jeudi Vendredi

8 h à 12 h

9 h à 12 h

13 h à 16 h 30

18 h à 21 h



Inscription en ligne

www.lepiphanie.ca

Pour procéder à l'inscription en ligne, vous devez absolument être déjà enregistré dans la base de données du Service des loisirs et de la culture au Centre communautaire Guy-Melançon. Si vous n'êtes pas enregistré dans la base de données, vous devez vous présenter en personne au centre communautaire avec une preuve de résidence afin de procéder à l'ouverture de votre dossier personnel ou familial ainsi que générer votre accès en ligne. Une fois votre dossier créé, vous n'aurez plus à le faire à nouveau, autre que la mise à jour des informations.

Pour y accéder, rendez-vous sur le site Internet de la ville. Dans la section « Services aux citoyens », sous l'onglet « Service en ligne », appuyez sur « Inscription aux activités ». Cela vous redirigera sur la plateforme SportPlus. Vous pourrez appuyer sur « Se connecter » situé à droite de l'écran et entrer directement avec votre code d'utilisateur et votre mot de passe.

MODE DE PAIEMENT

Lors de l'inscription en ligne, la totalité de la facture doit être acquittée sur-le-champ. Le seul mode de paiement possible est par carte de crédit, à savoir Visa ou Mastercard.

Pour toute information concernant la politique de remboursement d'inscription, veuillez vous référer à la section « Loisirs et Culture » de notre site Internet, sous l'onglet « Règlements généraux ».

Inscription en personne

Veillez vous présenter au CCGM, 68, rue Amireault, afin de procéder à l'inscription. Une preuve de résidence vous sera demandée afin de procéder à l'ouverture de votre dossier personnel ou familial ainsi que générer votre accès en ligne.

MODE DE PAIEMENT

Lors de l'inscription, la totalité de la facture doit être acquittée. Les modes de paiement sont en argent comptant, par carte de débit ou par carte de crédit, Visa ou Mastercard.



Activités pour les jeunes

CHEERLEADING

RESPONSABLE: GAËLLE VALLÉE

 7 à 9 ans

 Gymnase - École Saint-Guillaume

 21 septembre au 7 décembre

 50 \$

 Dimanche 10 h 30 à 11 h 30

CHEERLEADING

RESPONSABLE: GAËLLE VALLÉE

 10 à 14 ans

 Gymnase - École Saint-Guillaume

 20 septembre au 6 décembre

 50 \$

 Samedi 9 h à 10 h

DANSE + MOTRICITÉ

RESPONSABLE: GAËLLE VALLÉE

 4 à 6 ans

 Gymnase - École Saint-Guillaume

 21 septembre au 7 décembre

 50 \$

 Dimanche 8 h 30 à 9 h 30

GYMNASTIQUE AU SOL

RESPONSABLE: GAËLLE VALLÉE

 6 à 12 ans

 Gymnase - École Saint-Guillaume

 21 septembre au 7 décembre

 50 \$

 Dimanche 9 h 30 à 10 h 30



CHEERLEADING INTERMÉDIAIRE

RESPONSABLE: GAËLLE VALLÉE

 8 à 16 ans

 Gymnase - École Saint-Guillaume

 21 septembre au 7 décembre

 50 \$

 Dimanche 11 h 30 à 12 h 30

 Prérequis: auditions le 14 septembre et avoir déjà suivi une session complète.

CHEERLEADING ADULTE

RESPONSABLE: GAËLLE VALLÉE

 16 ans et plus

 Gymnase - École Saint-Guillaume

 22 septembre au 8 décembre

 50 \$

 Lundi 19 h à 20 h

COSOM PARENTS-ENFANTS

 6 à 12 ans

 Gymnase - Centre communautaire Guy-Melançon

 15 septembre au 8 décembre
Relâche | 13 octobre

 50 \$ / session ou 5 \$ à la carte

 Lundi 18 h à 19 h

 Tous les enfants doivent être accompagnés d'un adulte responsable.

Centre communautaire Guy-Melançon

Horaires d'ouverture (Bureau)

Lundi au jeudi | 8 h à 12 h et 13 h à 17 h

Vendredi | 9 h à 12 h

68, rue Amireault
450 588-6828



Activités pour adultes

ZUMBA

RESPONSABLE: LOUISE THÉRIAULT

 Adultes

 Salle de danse - Centre communautaire Guy-Melançon

 16 septembre au 2 décembre

 90 \$

 Mardi 18 h 15 à 19 h 15

Le Zumba est une danse originaire de Colombie qui allie des mouvements de fitness à la sensualité de plusieurs danses latines.

YOGA FITNESS

RESPONSABLE: LOUISE THÉRIAULT

 Adultes

 Salle de danse - Centre communautaire Guy-Melançon

 16 septembre au 2 décembre

 70 \$

 Mardi 19 h 30 à 20 h 30

Activité physique et musculaire basée sur l'assouplissement du corps et l'éveil de l'esprit via des exercices de gymnastique.

RAFFERMISSEMENT

RESPONSABLE: LOUISE THÉRIAULT

 Adultes

 Salle de danse - Centre communautaire Guy-Melançon

 18 septembre au 4 décembre

 70 \$

 Jeudi 18 h 15 à 19 h 15

Mouvements variés et à répétition afin de raffermir, notamment les abdos, fesses et cuisses, sans appareil et le tout sur une musique entraînante.

CARDIO BOXE

RESPONSABLE: LOUISE THÉRIAULT

 Adultes

 Salle de danse - Centre communautaire Guy-Melançon

 18 septembre au 4 décembre

 70 \$

 Jeudi 19 h 30 à 20 h 30

Le cardio est un entraînement combiné à des mouvements d'aérobie et des mouvements de boxe dans le vide, dans un ordre chorégraphié et sur de la musique entraînante.



PILATES

RESPONSABLE: SYLVIE DELORME

Pilates découverte

 Adultes (débutant)

 Salle de danse - Centre communautaire Guy-Melançon

 15 septembre au 24 novembre
Relâche | 13 octobre

 160 \$

 Lundi 18 h à 19 h

Un Pilates doux et accessible pour débiter en confiance, sans pression, afin de bâtir une base solide, tout en travaillant la mobilité, le tonus et la souplesse.

Pilates vitalité

 Adultes (intermédiaire)

 Salle de danse - Centre communautaire Guy-Melançon

 15 septembre au 24 novembre
Relâche | 13 octobre

 160 \$

 Lundi 19 h 15 à 20 h 15

Un Pilates tonique et fluide pour les personnes actives, alliant force, mobilité et souplesse en pleine conscience, avec l'utilisation d'accessoires. Pour amorcer la semaine avec énergie et sérénité.

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS | Communiquez avec Sylvie Delorme par téléphone au **514 433-5909** ou par courriel à l'adresse suivante: info.sylviedelorme@gmail.com.

CARDIO TONUS ZEN

 Adultes (débutant et intermédiaire)

 EN PLEIN AIR | Parc du Barrage

 13 septembre au 15 novembre

 150 \$

 Samedi 9 h 30 à 10 h 30

Exercice visant à améliorer votre système cardiovasculaire, votre tonus musculaire, votre souplesse, à booster vos hormones et à réduire votre stress. Une expérience de remise en forme complète en plein air.

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS | Communiquez avec Sylvie Delorme par téléphone au **514 433-5909** ou par courriel à l'adresse suivante: info.sylviedelorme@gmail.com.

PILATES

RESPONSABLE: CHARLIE FOUGÈRES

 Adultes

 Salle de la Source-Coulombia

 9 septembre au 11 novembre

 130 \$ / session ou 17 \$ à la carte

 Mardi 9 h à 10 h

Exercice permettant de pratiquer votre tonus, votre souplesse, le renforcement général et la mobilité articulaire. Nécessite le tapis seulement.

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS | Communiquez avec Charlie Fougères par téléphone au **438 883-4595** ou par courriel à l'adresse courriel suivante: charlie.fougeres@hotmail.ca.



YOGA

CODE PROMO 10 % POUR FAMILLE OU AMI

Yoga - Créatif

RESPONSABLE: GENEVIÈVE BESSETTE

10 septembre au 10 décembre

Salle de danse - Centre communautaire Guy-Melançon

Mercredi 18 h 15 à 19 h 15

165 \$ / session (14 semaines)

Yoga - Tous niveaux

RESPONSABLE: GENEVIÈVE BESSETTE

10 septembre au 10 décembre

Salle de danse - Centre communautaire Guy-Melançon

Mercredi 19 h 30 à 20 h 30

165 \$ / session (14 semaines)

Un mélange de yoga doux et étirements qui te permettra d'assouplir ton corps au rythme de ta respiration.

Yoga - Réveil matinal

RESPONSABLE: GENEVIÈVE BESSETTE

13 septembre au 13 décembre
Relâche | À déterminer

Salle de la Source-Coulombia

Samedi 9 h à 10 h

195 \$ / session (14 semaines)

Un yoga où l'on enchaîne les mouvements pour donner force et souplesse à ton corps.

Étirements et yoga (75 minutes)

RESPONSABLE: GENEVIÈVE BESSETTE

13 septembre au 13 décembre
Relâche | À déterminer

Salle de la Source-Coulombia

Samedi 10 h 15 à 11 h 30

165 \$ / session (14 semaines)

C'est un mélange d'étirements où l'on garde les postures pendant 5 minutes pour renforcer les articulations et d'une séance de yoga pour s'occuper de tes muscles en force et souplesse.

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS | Communiquez avec Geneviève Bessette par téléphone au **514 206-5355** ou en visitant son site Web <https://genevieve-bessette.com/yoga-groupe/> ou <https://genevieve-bessette.com/incarne-toi/>

TAI CHI CHUAN

RESPONSABLE: ALAIN HÉBERT

Pour tous

Salle de la Source-Coulombia

Mardi 7 octobre au 9 décembre
Mercredi 8 octobre au 10 décembre

100 \$

Mardi 19 h à 20 h (pour tous) | Mercredi 9 h 30 à 11 h (avancé seulement)

Mélange d'arts martiaux, d'une gymnastique douce et d'une méditation en mouvement.

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS | Communiquez avec Alain Hébert par téléphone au **514 502-2354**.



COURS DE DANSE COUNTRY

RESPONSABLE: JULIE LÉPINE

Danse country - Niveau 1 (Premiers pas)

RESPONSABLE: CASSANDRA

 25 septembre au 27 novembre

 Salle de la Source-Coulombia

 Jeudi 18 h 25 à 19 h 10

 85 \$ / session
7% rabais résident (taxes incluses) - **Code promo « résident »**

Danse country – Niveau 2 (Débutant)

RESPONSABLE: CASSANDRA

 25 septembre au 27 novembre

 Salle de la Source-Coulombia

 Jeudi 19 h 20 à 20 h 20

 95 \$ / session
7% rabais résident (taxes incluses) - **Code promo « résident »**

Danse country – Niveau 3 (Déb.-Intermédiaire)

RESPONSABLE: CASSANDRA

 25 septembre au 27 novembre

 Salle de la Source-Coulombia

 Jeudi 20 h 30 à 21 h 30

 95 \$ / session
7% rabais résident (taxes incluses) - **Code promo « résident »**

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS | Les inscriptions se font sur leur site Web dansecountryjulelepine.ca.

Pour toutes questions, communiquez par téléphone au **450 547-9855** ou par courriel via info@dansecountryjulelepine.ca.

GYMNASSE LIBRE DE JOUR

 Pour tous

 Gymnase - Centre communautaire Guy-Melançon

 Septembre à décembre

 Résident : 4 \$
Non-résident : 7 \$

 Lundi au mercredi 13 h à 16 h

Réservation obligatoire par téléphone au 450 588-6828, dès le lundi 8 h 30 de la semaine courante.

BADMINTON DE SOIR

 Pour tous

 Gymnase - École Saint-Guillaume

 Septembre à décembre

 12 \$ / terrain / heure

 Mardi et jeudi 18 h, 19 h ou 20 h

Réservation obligatoire par téléphone au 450 588-6828, dès le lundi 8 h 30 de la semaine courante.

PICKLEBALL

Pickleball - Libre

 Pour tous

 Gymnase - Centre communautaire Guy-Melançon

 Septembre à décembre

 Résident : 4 \$
Non-résident : 7 \$

 Mercredi 18 h à 19 h (Résident seulement)
19 h à 21 h (Ouvert à tous)
Vendredi 9 h à 11 h 30

 Les vendredis sont assujettis aux disponibilités de la salle.

Pickleball - Intermédiaire et avancé

 Adultes

 Gymnase - Centre communautaire Guy-Melançon

 Septembre à décembre

 Résident : 30 \$
Non-résident : 60 \$

 Mardi 8 h 30 à 11 h 30

 Places limitées

Partenaires du milieu

CENTRE AQUATIQUE JACQUES-DUPUIS

VILLE DE REPENTIGNY

 www.ville.repentigny.qc.ca

MINI-BASKET | ASSOCIATION DE BASKET-BALL DE LANAUDIÈRE (LANO)

 514 688-5266
info@lano.qc.ca | www.lano.qc.ca

SPORT DE GLACE | CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE DE L'ASSOMPTION (CPA)

 450 589-2014 (Boîte vocale)
cpalassomption@hotmail.com | www.cpalassomption.com

SPORT DE GLACE | ASSOCIATION DU HOCKEY MINEUR (CLL)

 450 585-7747

SPORT DE GLACE | ORGANISATION DU HOCKEY MINEUR FÉMININ DE LANAUDIÈRE

 514 712-8025
president@organisationhmfl.com | www.organisationhmfl.com

FOOTBALL RHINOS

 www.rhinosfootball.ca

NOURRI-SOURCE LANAUDIÈRE

 Organisme d'entraide à l'allaitement

 514 524-9696
www.nourrisourcelanaudiere.org

BASEBALL | ASSOCIATION DE BASEBALL MINEUR DE L'ASSOMPTION

 info@jayslassomption.ca
www.baseballmineurlassomption.ca

BASEBALL FÉMININ | ASSOCIATION DE BASEBALL MINEUR DE L'ASSOMPTION

 4 à 16 ans - Filles seulement (sujet à changement dans le futur quand on aura assez de filles qui grandiront pour se rendre dans les catégories 18 ans)

 feminin@jayslassomption.com
www.jaysfeminin.ca



Organismes locaux

LES AMIS DU CAPITAINE

RESPONSABLE: FÉLIX ROBERGE

 felixlepeintre@hotmail.com



SOCIÉTÉ SAINT-VINCENT DE PAUL DE L'ÉPIPHANIE

RESPONSABLE: ALAIN QUEVILLON | 450 588-3701

 Mardi 13 h à 16 h
Jeudi 13 h à 16 h et 18 h à 20 h
Samedi 9 h à 12 h

 85, rue Sainte-Anne, L'Épiphanie



CUISINE COLLECTIVE | LA JOYEUSE MARMITE

RESPONSABLE: JOSÉE BÉLIVEAU

 Familles et personnes à faible revenu

 450 581-0468
www.lajoyeusemarmite.com



LES COLLATINES

RESPONSABLE: DAPHNÉ BONAREWITZ | 450 313-0188

 Organisme d'aide alimentaire qui favorise la réussite scolaire en distribuant des collations saines aux élèves des écoles primaires de L'Épiphanie et en soutenant les différents projets venant en aide à ces derniers.



INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS | Veuillez communiquer avec l'organisme par courriel au info@lescollatines.com. Vous pouvez également visiter le site Internet www.lescollatines.com.

LES SCOUTS DE L'ÉPIPHANIE

RESPONSABLE: DANIELLE GERMAIN

Réunions quotidiennes

 7 à 11 ans

 66, Notre-Dame, local 101

 Septembre à juin
Lundi et mardi

 Informations par téléphone ou courriel



INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS | Communiquez avec Danielle Germain par téléphone au 450 588-6397 ou par courriel à l'adresse suivante: germainabeille@hotmail.com ou en visitant le site Internet scoutsducana.ca; district les ailes du nord.

* À la recherche de bénévoles adultes pour animation. Avec ou sans expérience.



CLUB DE JUDO

RESPONSABLE: BERTIN DUFOUR | 514 592-2203



Débutant

8 à 14 ans

Septembre à décembre

Salle Optimiste - Centre communautaire Guy-Melançon

Mardi 19 h à 20 h

Avancé

15 ans et plus

Septembre à décembre

Salle Optimiste - Centre communautaire Guy-Melançon

Mardi 20 h à 21 h 30

Mixte

8 ans et plus

Septembre à décembre

Salle Optimiste - Centre communautaire Guy-Melançon

Jeudi 18 h 30 à 19 h 45

Aïkibudo

15 ans et plus

Septembre à décembre

Salle Optimiste - Centre communautaire Guy-Melançon

Jeudi 20 h à 21 h 30

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS | Communiquez avec Bertin Dufour par téléphone au 514 592-2203 ou par courriel via bertindufour@gmail.com.

ASSOCIATION HOKANO MIKATA CENTRE D'ARTS MARTIAUX MIXTES

RESPONSABLE: NANCY PROULX | 450 582-0096



Mini-Ninja

3 à 6 ans

Mercredi 18 h à 18 h 45

Salle de la Source-Coulombia
331, rang du Bas-de-l'Achigan, L'Épiphanie

Possibilité d'un cours d'essai

Jiu-jitsu et karaté (enfant seul ou parent / enfant)

7 ans et plus, adultes

Mercredi 19 h à 20 h

Salle de la Source-Coulombia
331, rang du Bas-de-l'Achigan, L'Épiphanie

Possibilité d'un cours d'essai

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS | Communiquez avec Nancy Proulx par téléphone au 450 582-0096 ou par courriel à l'adresse via renaud.pascal@hotmail.com ou en visitant leur page Facebook: Hokano mikata.



MAISON DES JEUNES DE L'ÉPIPHANIE

RESPONSABLE: JÉRÉMY CARON

Soirée libre

12 à 17 ans

66, rue Notre-Dame, local 101

À l'année

GRATUIT

Mardi au jeudi 18 h à 21 h
Vendredi 18 h à 21 h 30
Samedi 12 h à 16 h

Lieu d'appartenance supervisé, dans le but d'en faire des citoyens actifs, critiques et responsables par le biais d'activités diversifiées.

Gymnase - Centre communautaire Guy-Melançon

11 à 17 ans

Gymnase - Centre communautaire Guy-Melançon

Septembre à décembre

GRATUIT

Mardi 18 h à 19 h 30

Sans inscriptions

Aide aux devoirs

11 à 17 ans

66, rue Notre-Dame, local 101

Octobre à décembre

Mercredi 15 h 30 à 17 h 30

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS | Communiquez avec la Maison des jeunes par téléphone au 450 588-6333 ou par courriel à l'adresse suivante : mdjlepiphanie@gmail.com, ou en visitant leur page Facebook Maison des jeunes L'Épiphanie.



FADOQ

PRÉSIDENT : ROBERT HOULE

fadoq

 50 ans et plus

 Salle Optimiste
Centre communautaire Guy-Melançon

Danse en ligne

RESPONSABLE : ROBERT HOULE | 450 588-7005

 Mardi 13 h 30 à 14 h 50
15 h 10 à 16 h 30

 Septembre à décembre

Bingo

RESPONSABLE : MARIETTE RIOPEL | 514 704-1280

 Mercredi 13 h 30 à 16 h

 Septembre à décembre

Vie active

RESPONSABLE : LOUISE BOUCHER | 450 588-3368

 Lundi et jeudi 9 h 15 à 10 h 30

 Gymnase - Centre communautaire Guy-Melançon

 Ce programme permet à des animateurs de faire bouger les aînés gratuitement de façon sécuritaire tout en s'amusant!

Doigts de fée

RESPONSABLE : LORRAINE RIVEST | 450 705-1127

 Lundi 13 h 30 à 16 h

 Septembre à décembre

Club de marche

RESPONSABLE : LOUISE BOUCHER | 450 588-3368

 Mardi 9 h à 10 h

 Départ devant le Centre communautaire Guy-Melançon

Souper mensuel

 12 septembre, 10 octobre, 14 novembre et 12 décembre

 Gymnase - Centre communautaire Guy-Melançon

LA CULTURE FAIT DU BIEN... et la musique aussi

SAMEDI
27 SEPTEMBRE
9 H À 17 H

Devant l'église

LOUISE ET LES COWBOYS DU SAINT-LAURENT

Activité musicale pour les 8 à 12 ans et les curieux de tous âges!

10 h à 11 h 15

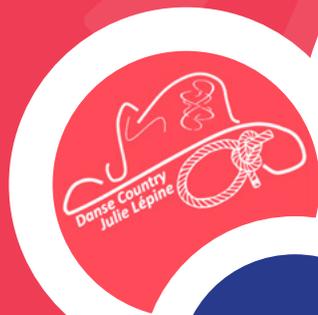
DANSE EN LIGNE COUNTRY AVEC JULIE LÉPINE

12 h 30 à 14 h

CHANSONNIER COUNTRY YANICK MAILLOUX

15 h 15 à 17 h

AMUSEURS PUBLICS, MARCHÉ PUBLIC ET SERVICE DE BAR



Culture
pour
tous!

Les journées
de la culture

HALLOWEEN

31 OCTOBRE

PARCOURS HANTÉ
ET PROJECTION
ARCHITECTURALE
AU CENTRE
COMMUNAUTAIRE

Détails à venir...



DISCO JEUNESSE

24 OCTOBRE

Thématique
Halloween

14 NOVEMBRE

Party
pyjama



SALON DES LUTINS ARTISANS

22 ET 23 NOVEMBRE
10 H À 16 H

- > Plus de 50 kiosques à visiter
- > Animation et casse-croûte sur place



DÉPOUILLEMENT D'ARBRE DE NOËL

7 DÉCEMBRE

Centre communautaire Guy-Melançon

68, rue Amireault

- > Père Noël
- > Déjeuner communautaire
- > Plusieurs autres activités sur place

Réservez votre place en ligne du 20 au 31 octobre
au lepiphanie.ca/depouillement-de-noel
Résidents seulement - 10 ans et moins



Bibliothèque Françoise-Angers

Horaire

Mardi | 13 h à 20 h

Mercredi et jeudi | 9 h à 20 h

Vendredi et samedi | 9 h à 12 h

Dimanche et lundi | Fermé

83, rue Amireault

450 588-4470

biblio@lepiphanie.ca

Catalogue en ligne

Réservez
votre place
par téléphone
ou en ligne:
lepiphanie.ca



Activités offertes à la bibliothèque

HEURE DU CONTE | AVEC MADAME LINE

 3 à 6 ans

 Mardi 18 h 30 à 19 h 30

 9 septembre, 14 octobre, 11 novembre et 9 décembre

 GRATUIT!

Une histoire, une comptine, un bricolage portant sur un thème différent chaque mois sont proposés aux enfants. C'est un rendez-vous amusant qui encourage l'éveil à la lecture. Bienvenue aux toutous et aux doudous !

CLUB DE LECTURE | ADULTES

 Adultes

 Dernier mercredi de chaque mois à 19 h

 24 septembre, 29 octobre, 26 novembre et 17 décembre

 GRATUIT!

Le club s'adresse à tout adulte curieux et passionné de littérature qui désire échanger et discuter autour d'un roman dans une ambiance décontractée. Il permet également de créer des liens entre des lecteurs qui partagent la même passion pour les livres. Les lectures proposées abordent différents sujets, genres et époques afin que les discussions soient riches et variées d'une rencontre à l'autre.

CLUB DE LECTURE | JEUNESSE

 7 à 12 ans

 Premier jeudi de chaque mois de 18 h 30 à 19 h 30

 4 septembre, 2 octobre, 6 novembre et 4 décembre

 GRATUIT!

Tu aimes les livres et la lecture? Ce club est pour toi! Chaque rencontre proposera un thème en lien avec la lecture qui te permettra de faire plein de découvertes. De beaux échanges, des jeux et du plaisir sont au rendez-vous.

ATELIERS D'ÉVEIL À LA LECTURE | PARENT / ENFANT

 2 à 5 ans avec un parent

 Samedi 9 h à 9 h 45

 13 septembre, 1^{er} novembre et 6 décembre

 GRATUIT!

Avec la participation obligatoire d'un parent (ou grand-parent), l'enfant sera éveillé au monde de la lecture à travers des histoires et des jeux. Le parent pourra repartir avec tout plein d'idées pour poursuivre les apprentissages de son enfant à la maison.

BRICOLE ET RIGOLE

 3 à 6 ans

 Samedi 10 h à 11 h

 20 septembre, 11 octobre, 8 novembre et 20 décembre

 GRATUIT!

Ces rencontres permettront à l'enfant d'exploiter ses capacités artistiques et lui offriront de s'amuser et de socialiser avec des amis de son âge.



EXPOSITION | ROXANNE MEUNIER

 Tous

 Heures d'ouverture

 Vernissage
Mardi 4 novembre à 19 h

 GRATUIT!

Nous accueillons une toute nouvelle exposition intitulée « Flow / fluide » où les couleurs vibrantes et les yeux sont à l'honneur. Venez rencontrer l'artiste-peintre qui prendra plaisir à partager avec vous son monde créatif lors de son premier vernissage. Cartons d'invitation disponibles au comptoir de prêts.

RENCONTRES D'AUTEURS

 Tous

 18 h 30

 24 septembre et 6 novembre

 GRATUIT!

Venez échanger, poser vos questions, découvrir les coulisses de l'écriture et partager un moment convivial avec un auteur passionné. Que vous soyez lecteur assidu, curieux occasionnel ou amateur de belles histoires, cette rencontre est ouverte à tous! Ne manquez pas cette occasion très enrichissante!

Jeunesse : 6 novembre avec Alexandre Côté-Fournier

Adultes : 24 septembre avec Anne Robillard

CONFÉRENCE | SAVOIR COMMUNIQUER POUR MIEUX SE COMPRENDRE

 Adultes

 Jeudi 18 h 30

 11 septembre

 GRATUIT!

La communication est essentielle au travail, en famille et entre amis. Cette conférence propose de mieux comprendre le processus de communication ainsi que les facteurs qui influencent nos échanges. Venez acquérir des techniques concrètes issues de la méthode de communication non violente (CNV) de Marshall Rosenberg pour développer des compétences favorisant l'écoute, la coopération et la résolution de conflits.

Cette conférence vous guidera vers une communication épanouissante, respectueuse, authentique et responsable, loin des jugements et des critiques. Communiquer, c'est d'abord s'écouter pour mieux se comprendre!

CONFÉRENCE | LE MIEUX-ÊTRE PAR LA JOIE DE VIVRE ET LE RIRE

 Adultes

 Jeudi 18 h 30

 16 octobre

 GRATUIT!

Lors de cette agréable conférence, vous aurez des outils pour mieux penser à vous, diminuer le stress et la fatigue, optimiser la joie de vivre, faire place au rire en allégeant le quotidien. Un contenu rafraîchissant qui vous parlera de vous, vous fera du bien et vous touchera droit au cœur. **Note :** Aucun rire forcé! Présenté par Line Bolduc, conférencière, formatrice depuis 1995.



CONFÉRENCE | ACCUSÉS DE SORCELLERIE EN NOUVELLE-ANGLETERRE ET EN NOUVELLE-FRANCE | SORCIÈRES DE SALEM

 Adultes

 Jeudi 18 h 30

 30 octobre

 GRATUIT!

Dans les sociétés occidentales, la sorcière est une figure de fantôme qui a traversé les âges. Archétype chargé de mystère, elle est vue tantôt comme un objet de répulsion, tantôt comme un objet de désir.

Cette conférence, présentée par Stephan Martel, propose d'explorer un petit fragment de cette histoire complexe et fascinante, le phénomène de la sorcellerie et de la magie en Nouvelle-France et en Nouvelle-Angleterre, au 17^e siècle.

ATELIER HORTICOLE | FABRIQUER SON TERRARIUM

 Adultes

 Jeudi 18 h 30

 27 novembre

 GRATUIT!

Lors de cette activité créative et apaisante, les participants sont invités à réaliser leur propre terrarium végétal : un petit jardin miniature dans un contenant en verre.

Présenté par le Pot Vert de L'Assomption.

ATELIER DE FABRICATION DE COURONNES DE NOËL

 Adultes

 Jeudi 18 h

 11 décembre

 GRATUIT!

Plongez dans l'ambiance chaleureuse des Fêtes en réalisant votre propre couronne de Noël extérieure. À partir de sapinage naturel et de matériaux décoratifs variés (fleurs séchées, rubans, clochettes, pommes de pin...), chaque participant crée une couronne unique, à suspendre sur une porte ou à offrir en cadeau. Une activité conviviale, entre tradition et créativité!

Durée de l'activité : environ 2 h

Présenté par Seconde Nature - ferme florale.

Pour nous joindre

HÔTEL DE VILLE

66, rue Notre-Dame
L'Épiphanie (Québec) J5X 1A1

450 588-5515

info@lepiphanie.ca | lepiphanie.ca

 facebook.com/LEpiphanie

Heures d'ouverture

Lundi, mardi, jeudi

8 h 30 à 12 h - 13 h à 16 h

Mercredi

8 h 30 à 12 h - 13 h à 18 h 30

Vendredi

8 h 30 à 12 h

CENTRE COMMUNAUTAIRE GUY-MELANÇON

68, rue Amireault
L'Épiphanie (Québec) J5X 2S7

450 588-6828

loisirs@lepiphanie.ca

Heures d'ouverture (Bureau)

Du lundi au jeudi

8 h à 12 h - 13 h à 17 h

Le vendredi

9 h à 12 h

BIBLIOTHÈQUE FRANÇOISE-ANGERS

83, rue Amireault
L'Épiphanie (Québec) J5X 2S8

450 588-4470

biblio@lepiphanie.ca

Heures d'ouverture

Mardi

13 h à 20 h (sans interruption)

Mercredi et jeudi

9 h à 20 h (sans interruption)

Vendredi et samedi

9 h à 12 h

Dimanche et lundi

Fermé

